アンガーマネジメント 入門講座

怒り・イライラは
コントロールできる

アンガーマネジメントとは…
1970年代にアメリカで始まったアンガー(イライラ、怒りの感情)をマネジメント(上手に付き合う)ための心理教育です。 アメリカでは、ビジネスパーソン、政治家、弁護士、医師、スポーツ選手、俳優など、職業に捉われず、実に様々な人達がより良い生活や人間関係を手に入れる為に技術を習得し、「アンガーマネジメント」を実践しています。

- ☐ 職場でイライラせずに効率的に仕事をする為に
- ☐ 人間関係でトラブルにならないように
- ☐ 子育てで不必要にイライラしない為に
- ☐ 学校で子供たちの情操教育の一環として
- ☐ 経営者は怒りにまかせた行動で信頼を失わない為に
- ☐ 怒りで失態をおかしたり醜態をさらさない為に

近年TV、雑誌、ラジオ等で話題の「アンガーマネジメントテクニック」の基礎を90分で学習します。
感情に任せて怒って後悔したことは、ありますか？
或いは、怒りに触れて嫌な思いをしたことがありますか？
どうでもいいことにイライラしていませんか？
怒りと向き合える人になりたい。
上手な怒り方を身に付けたい。
怒りの仕組みと怒りをコントロールできることが分かった。
そのような気付きが得られるセミナーです。
4回の開催日より、ご希望の日程でご参加ください。

■主催および講師:**廣瀬 孝一**Powerful Management 代表

コミュニケーション力、モチベーションや提案営業技術力などの企業研修を行う。 沖縄県のはばたくウチナーンチュ応援事業である県外・海外インターンシップにおいて、学生に対する自己確立やコミュニケーションなどの研修にも参画する。 また、外部講師を招いての講演会の主催、就職後に必要とされるビジネススキルを大学時代に手に入れることを目的とした秀活塾を運営している。

●スキル一例
・アンガーマネジメントファシリテーター
・NLPマスタートレーナー(脳の取扱説明書と比喩される実践心理学)
・コーチング(福澤俊幸コーチリーダーズ/CTI)

●主催者情報
HP:http://salestrainer.jp
沖縄専門家サイト:http://www.kukuyun.jp/p/hiro

【那覇会場】
会場:ているる 会議室3(定員24名)
住所:那覇市西3-11-1
日時:10月19日(土) 14:15～15:45

【那覇会場】
会場:ているる 会議室2(定員24名)
住所:那覇市西3-11-2
日時:11月16日(土) 14:15～15:45

【名護会場】
会場:居酒屋なごぬふぁ (定員20名)
住所:那覇市西3-11-3
日時:11月23日(土) 15:00～16:30
※希望者は飲み放題3,000円の懇親会有り

【嘉手納会場】
会場:嘉手納町商工会館(定員20名)
住所:嘉手納町字嘉手納259番地
日時:12月15日(日) 14:15～15:45

■ご参加費: 3,150円
※事前のお申込みとお振込みを願い致します。
※お申込み後に振込先をご連絡致します。

～お申込みは、下記ご記入のうえ、FAXまたはメールで～
FAX: 098-983-3535 e-mail:hiro@salestrainer.jp

お名前		参加日	☐10/19 ☐11/16 ☐11/23(懇親会あり) ☐11/23(懇親会なし) ☐12/15 ※11/23懇親会費は当日清算
電 話			
メール			